



# 2月こんだてひょう



(都合により献立が変更になる場合があります)

平成30年 2月 愛児園湯田保育所

日	曜	午前おやつ	献立	材料			午後おやつ	家庭で とりたい 食品
				あか 体を丈夫にする	きいろ 強い力を作る	みどり 体の調子を整える		
1	木	100%ジュース かし	パン 魚の香草焼き マカロニサラダ かぶいりピーンズスープ	鮭 卵 水煮大豆 シーチキン	ミニ牛乳パン じゃが芋 マカロニ	キャベツ きゅうり かぶ セロリ 人参 玉葱 パセリ	りんご かし	種実類 野菜類
2	金	牛乳 かし	大豆ごはん(のりまき) ブロッコリーごまあえ いわしの竜田揚げ プチトマト けんちん汁	大豆 いわし 豆腐	米 里芋	ブロッコリー 人参 玉葱 ごぼう 大根 小葱	オレンジジュース いちご かし	肉類
3 17	土	牛乳 かし	親子うどん しらすあえ 果物 3日うずら煮豆 17日かぼちゃ甘煮	鶏ももこま切 卵 3日うずら豆 しらす干し	うどん	キャベツ 人参 玉葱 17日かぼちゃ 小葱 ほうれん草		いも類
5 19	月	牛乳 かし	わかめごはん ピーナツあえ 豚汁 8日肉じゃが 19日大豆の五目煮	8日牛こま切 19日水煮大豆 豚こま切	米 じゃが芋 こんにやく さつま芋	人参 玉葱 小葱 ごぼう キャベツ ほうれん草 大根	6日みかん 19日いよかん 昆布 かし	魚介類
6	火	牛乳 チーズ かし	パン ちくわのいそべ揚げ れんこんサラダ シチュー	ちくわ 卵 シーチキン 鶏ももこま切	テーブルロール じゃが芋	れんこん 人参 玉葱 きゅうり 青のり パセリ	りんご かし	野菜類 豆類
7 21	水	牛乳 バナナ	しるごはん 魚のみぞれ煮 みそ汁 春雨のあえもの 高野豆腐含め煮	白身魚/青魚 高野豆腐 厚揚げ ロースハム	米 春雨 里芋	きゅうり 大根 人参 白菜 小葱 しょうが	オレンジケーキ	野菜類 種実類
8 22	木	牛乳 かし かえりちりめん	パン 鶏肉のマーマレード焼き 大根サラダ 8日麻婆豆腐 22日きのこいりかき卵スープ	鶏もも肉 シーチキン 8日豆腐 22日卵	ミニクワツサン 22日じゃが芋	大根 きゅうり なら 8日玉葱 小葱 22日ごぼう しめじ	りんご かし	8日いも類 22日豆類
9 23	金	牛乳 いよかん	カレーライス ポークピーンズ ブロッコリーのサラダ ししやも	牛こま切 水煮大豆 豚こま切 ししやも	米 じゃが芋	ブロッコリー 人参 カリフラワー 玉葱	ヨーグルト バナナ かし	野菜類
10 24	土	牛乳 かし	スパゲティナポリタン ごまあえ いそべポテト 果物	豚こま切 えび	スパゲティ じゃが芋	ほうれん草 人参 キャベツ しめじ 玉葱 ピーマン りんご		豆類
13 27	火	ヨーグルト かし	パン 和風サラダ 白菜スープ 13日魚のコーンクリーム焼 27日魚のみそマヨネーズ焼	鮭 水煮大豆 ベーコン かにほぐし身	ミニ牛乳パン じゃが芋	玉葱 しめじ 小葱 ごぼう きゅうり ひじき 白菜 人参 もやし	13日りんご かし 27日マカロニきなこ 果物	野菜類
14	水	牛乳 いよかん	ちゃんぽんうどん れんこんのきんぴら うずら煮豆 はなっこりごまあえ	豚こま切 うずら豆	うどん こんにやく	キャベツ 人参 玉葱 なら れんこん はなっこり 小葱	オレンジジュース むしぼん	いも類
15 木	牛乳 チーズ かし	ゆかりごはん おでん 魚のてりやき 納豆あえ	ちくわ 厚揚げ ロースハム 卵 白身魚 納豆	米 里芋 こんにやく	大根 ほうれん草 キャベツ 人参	いよかん かし	野菜類	
16 金	牛乳 かし	お楽しみメニュー(げんきくんのリクエストメニュー)						
20 火	牛乳 かし	お弁当の日						
26 月	牛乳 りんご	ゆかりごはん 筑前煮 ちくわの甘煮 キャベツのおかかあえ 魚団子のみそ汁	鶏ももこま切 ちくわ 白身魚すり身	米 里芋 こんにやく	ごぼう 人参 大根 れんこん 白菜 キャベツ 小葱	いよかん かし かえりちりめん	豆類	
28 水	100%ジュース かし	さつま芋ごはん ツナいり卵焼 けんちん煮 ブロッコリー 厚揚げのみそ汁	シーチキン 卵 豆腐 厚揚げ	米 里芋 さつま芋	人参 ブロッコリー わかめ 大根 小葱 ひじき	りんご かし	種実類	

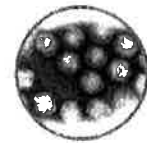
3月で「げんきくん」は保育所での給食が最後になります。そこでもう一度食べてみたい料理名をあげてもらい、2、3月でできる限り取り入れます。太字がリクエストメニューです。



## 給食だより



### ノロウイルス感染症とは？



乳幼児から高齢者までの幅広い年齢層に急性胃腸炎を引き起こすウイルス性の感染症。長期免疫が成立しないため何度もかかります。11月頃から流行が始まり12~2月にピークを迎えますが、年間を通じて発生します。原因ウイルスであるノロウイルスの増殖は人の腸管内のみですが、乾燥や熱にも強いというに自然環境下でも長期間生存が可能。感染力が非常に強く、少量のウイルス(10~100個)でも感染・発症します。



### ノロウイルス感染症の潜伏期間

潜伏期間 12~48時間

主な症状 嘔吐、吐き気、下痢、腹痛、発熱は軽微

特徴 嘔吐が突然強烈に起こる

感染経路 貝類の生食による食中毒、汚物・排便などに接触したこと二次感染



### かかってしまった時の対処法

脱水症状になりやすいので、症状が落ち着いた時に少しずつ水分補給を行って下さい。(症状がひどい場合は病院へ) 無理をせず、ゆっくり休むようにしましょう。

### 感染症を拡大させないように対策法

一番の対策は手洗い・うがいです！

調理する前(二枚貝取り扱い後)、トイレの後、嘔吐物処理後、食事前しっかりと手洗い消毒し、うがいで感染を予防しましょう！

